



## **CURS DE SANACIÓ AMB ELS TATTWAS**

El **Tarot de Tattwas** es pot utilitzar per a meditar, contemplar i per a sanació. La meua experiència personal m'ha portat a utilitzar-los cada vegada més en la sanació degut als resultats obtinguts. Els Arcans col·locats a determinats punts del cos són terapèutics, podem treballar con ells problemes psíquics i malalties físiques, en una paraula, curen la Ment i el Cos Físic. En cada Arcà figura una representació de símbols (una figura geomètrica i un color determinat) que sintetitzen energies subtils que formen un aspecte concret de l'Univers i una qualitat d'expressió individual de la Consciència i la Ment humana. Cada Arcà envia un missatge simbòlic a l'Inconscient permetent "canviar" la informació que existeix en el mateix, és a dir, ajuda a modificar les pautes inconscients que tenim i a curar els símptomes que produeixen els nostres trastorns i alteracions psicològiques.

Aquest Tarot és una eina terapèutica que pot ajudar a entendre'ns millor, i així poder comprendre com funciona la Psique i la seva relació amb el Cos. Permeten curar i millorar els símptomes i trastorns psíquics ajudant a altres persones a millorar la seva qualitat de vida.

El curs de Tattwas està enfocat per a aprendre tècniques terapèutiques. Es treballen els 22 Arcans Majors del **Tarot de Tattwas**. En el curs parlo de la Simbologia de les figures geomètriques, i de les relacions astrològiques i planetàries de cada carta. A continuació es donen a conèixer les diferents tècniques de sanació en casos pràctics.

### **TEMARI**

**-URÀ I LES IDEES ARQUETÍPIQUES**

**-GEOMETRIA SAGRADA: ELS SÒLIDS PLATONICS**

**-ELS CUATRE ELEMENTS I LES FUNCIONS PSÍQUIQUES**

**-ORIGEN DELS TATTWAS**



## -ELS 5 TATTWAS PRINCIPALS

### - EL TAROT DE TATTWAS: ELS ARCANS MAJORS

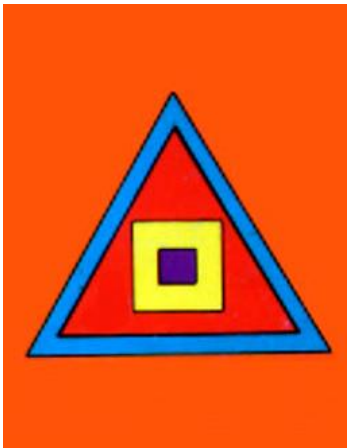
### -METACOGNICIÓ I METACONSCIÈNCIA: LA SUPRACONSCIÈNCIA

### - LA TEORIA DELS COLORS DE GOETHE I EL SEU SIGNIFICAT PSICOLÒGIC

### - L'EVOLUCIÓ PSIQUICA EN EL PROCÉS D'INDIVIDUACIÓ

### - RELACIÓ ENTRE COS I PSIQUE: LA INTERACCIÓ ENTRE EL QUE ÉS PSÍQUIC I EL QUE ÉS ORGÀNIC

## -EL TRACTAMENT PSICOTERAPÈUTIC



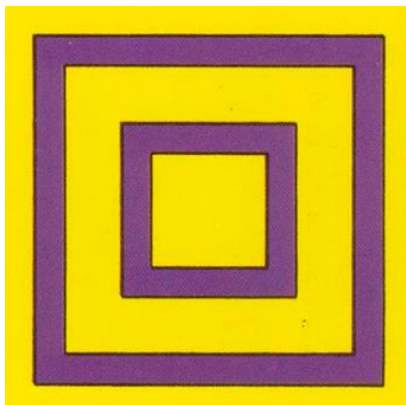
**El Tarot Tattwas** es pot utilitzar per sanar diferents símptomes psicològics i trastorns. Cada Arcà genera una energia subtil que està en relació amb els estats emocionals del pacient i a través de l'ús apropiat de les cartes adequades sobre una determinada zona del cos o sobre els xacres es poden millorar els símptomes que la persona manifesta (1). Quan s'avança en el procés psicoterapèutic i els símptomes han millorat, es comença a treballar la integració de l'Ombra i amb això la causa o causes que han generat els símptomes.

Quan es comença a integrar l'Ombra s'inicia el procés d'integració de la Funció "Inferior". També es poden utilitzar per equilibrar les energies psíquiques. Els Tattwas es poden utilitzar en els següents símptomes i trastorns:

### - **Depressió i Mania**

Es caracteritzen per l'alteració de l'ànim en el pacient com a símptoma principal. A la **depressió** hi ha tristesa, experiència subjectiva de fatiga i pèrdua d'energia, la persona es sent culpable, desesperada i inútil (2).

La **mania** comporta un ànim exaltat, expansiu, canviant, una exaltació del humor sense relació amb la situació vital que provoca una clara desadaptació (3).



### - **Ansietat**

És un estat subjectiu d'incomoditat, malestar, tensió, desplaer i d'alarma, que fa que la persona se senti molesta. L'ansietat apareix quan la persona se sent amenaçada per un perill, ja sigui intern o extern i normalment la causa roman oculta per a la persona. La tensió és interna, difusa i circumdant, no controlada ni vinculada a estímuls clars i per tant no es pot resoldre

per l'acció. L'ansietat és un sentiment vital que implica un cert malestar generalitzat provocat per una situació o circumstància que l'individu no controla, desconeix i davant la qual no sap com actuar o pensar (4). L'ansietat i l'angoixa provoquen l'alteració de l'ànim permanentment i això pot degenerar en tensions paralitzadores que es manifesten freqüentment a través de malalties físiques.

### - **Angoixa i crisi d'angoixa**

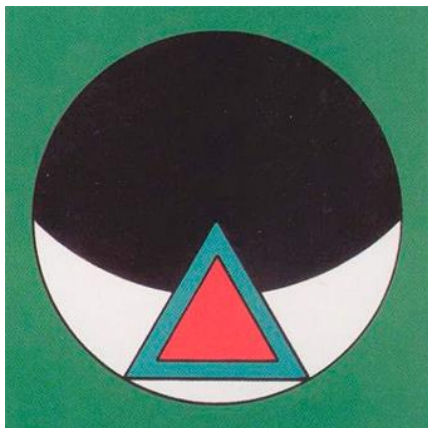
Una crisi d'angoixa o una angoixa continuada en el temps produeix un malestar intens que s'acompanya de nombrosos símptomes somàtics i/o psicològics. Sensació de perill imminent i d'una urgent necessitat d'escapar. Els símptomes més freqüents són: atordiment, nerviosisme, taquicàrdia, palpitations, sudació, tremolors, sensació d'ofec, opressió, malestar toràctic, nàusees, molèsties abdominals, inestabilitat o mareig, por a perdre el control, a morir i calfreds o sufocacions (5).

### - **Por i ansietat**

La intensitat de la por guarda relació amb la dimensió de l'amenaça. La por acaba aïllant a les persones, porta a inhibir la comunicació i a ocultar els pensaments i les emocions, condueix a l'apatia i al retraïment social.

### - **Pànic i atac de pànic**

Es produeix quan l'angoixa se fa insuportable. En aquest moment es combinen sentiments d'opressió, por o temor i símptomes físics, que es tradueixen en arítmia cardíaca, dificultats respiratòries, dolors abdominals, marejos, tremolors, sudoracions, calfreds, etc. (6)



### - **Baixa autoestima**

Les creences que tenim de nosaltres mateixos, aquelles qualitats, capacitats, maneres de sentir o de pensar que ens atribuïm, conformen la nostra “imatge personal” o “autoimatge”. L’autoestima és la valoració que fem de nosaltres mateixos sobre la base de les sensacions i experiències que hem anat incorporant al llarg de la vida. Els símptomes d’una

baixa autoestima són els següents: Donar-li la culpa als altres, la negació, no poder expressar el que sentim, dependre dels altres per a acceptar-se i no posar límits (7).

### - **Agressivitat**

L’agressivitat pot manifestar-se en cadascú dels nivells que integren a l’individu: físic, emocional, cognitiu i social. Es pot presentar en el nivell físic, com a lluita amb manifestacions corporals explícites. En el nivell emocional pot presentar-se com a ràbia o còlera, manifestant-se a través de l’expressió i els gestos o a través del canvi del to i volum en el llenguatge, en la veu. Des de un nivell cognitiu pot estar present com a fantasies destructives, elaboració de plans agressius o idees de persecució pròpia o pels altres. El nivell social és el marc en el qual, d’una manera o d’un altra, pren forma concreta l’agressivitat. Hi ha una relació directa i clara entre por i agressivitat.

### - **Trastorn adaptatiu**

És un trastorn que es caracteritza per una resposta psicològica estressant i angoixosa a problemes psicosocials, canvis biogràfics i esdeveniments vitals. Està associat a una excessiva vulnerabilitat emocional (8).

### -**Enfortiment de les emocions**

Quan la persona se sent vulnerable i massa dependent dels altres podem parlar de vulnerabilitat emocional. La persona sent que està en mans dels altres i no pot fer res per a evitar-lo. A través dels Tattwas es poden treballar un enfortiment de les emocions guanyant més estabilitat emocional i més independència.

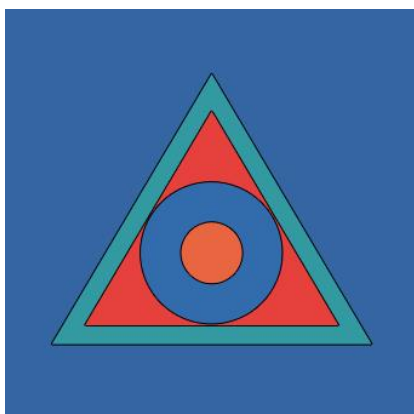


### - Trastorns obsessius i fòbies

Una obsessió és una idea que apareix en el pensament d'una persona amb caràcter forçat i el seu contingut és absurd o al menys exagerat. S'estableix una lluita entre el subjecte i el seu pensament obsessiu. El pacient crea una sèrie de rituals per a tranquil·litzar-se, la lluita contra la idea obsessiva produeix tensió emocional i un quadre d'ansietat. Quan les característiques obsessives es constitueixen en una forma de funcionar habitual i s'han convertit en trets estables de comportament estem parlant d'un Trastorn obsessiu-compulsiu de la personalitat (TOC) (9).

**Les fòbies** són definides com la por persistent i irracional a un objecte, activitat o situació específics que provoca en l'individu la necessitat imperiosa d'evitar aquest objecte, activitat o situació. L'individu reconeix que aquesta por és exagerada, irracional i desproporcionada respecte al perjudici real de l'objecte, l'activitat o la situació (10).

També **la hipocondria** estaria en aquest apartat, perquè el pacient està obsessionat creient que està malalt.



### - Trastorns bipolars

Són trastorns de l'estat d'ànim i en los quals s'alternen episodis depressius majors amb episodis maníacs, hipomaniacs o mixtes. Hi ha 3 trastorns bipolars:

1. **Trastorn bipolar I.** Es caracteritza per un o més episodis maníacs o mixtes. La mania comporta un ànim exaltat, expansiu, canviant i clarament desadaptatiu.
2. **Trastorn bipolar II.** Es caracteritza per l'alternança d'episodis depressius majors i episodis hipomaniacs (són quadres d'intensitat més lleugera que els episodis maníacs).
3. **Trastorn ciclotímic.** Es caracteritza per l'alternança de períodes de símptomes hipomaniacs i períodes de símptomes depressius (11).

### - Trastorns de l'alimentació

Els trastorns de l'alimentació es caracteritzen per una distorsió de la "imatge corporal", és a dir, la persona no veu el seu cos tal com és, sinó que hi ha un trastorn en la percepció del mateix. Els dos trastorns principals relacionats amb l'alimentació són:



- **L'anorèxia nerviosa** que es caracteritza per un desig intens de pesar cada vegada menys, una gran por al fet d'estar obès i un trastorn de l'esquema corporal que fa que els pacients es vegin més grassos del que estan en realitat. Per aconseguir aquesta pèrdua de pes segueixen una intensa restricció alimentaria, exercici físic i conductes de purga.
- **La bulímia nerviosa** que es caracteritza per un model d'alimentació anormal, amb episodis d'ingesta voraç seguits per maniobres per eliminar les calories ingerides. Després, la persona se sent malhumorada, amb tristesa i sentiments d'autocompassió o menyspreu (12).

### - Trastorns de la sexualitat

Les disfuncions sexuals s'han definit com alteracions de la relació sexual que poden donar-se en qualsevol de les fases de la sexualitat humana. Es tracta d'una incapacitat per participar adequadament en una relació sexual desitjada. Amb els Tattwas es poden tractar:

- Desig sexual hipoactiu (baix)      - Impuls sexual excessiu
- Addició al sexe                      - Aversió al sexe
- Trastorns sexuals per dolor:
  1. Disparèunia no orgànica (dolor genital durant les relacions sexuals).
  2. Vaginisme no orgànic (13).

### - Conductes additives

La conducta additiva és un patró compulsiu en el que la persona busca un estat de gratificació immediata. En moltes conductes additives i en especial l'addicció a les drogues, l'experiència immediata de gratificació és seguida de conseqüències negatives a llarg termini com la dependència psicològica i física. A més a més de la dependència a les drogues hi ha altres conductes additives (al sexe, al menjar, al joc, a la televisió, a la compra, al ciberespai i al treball) (14).

### - Trastorns psicossomàtics

Són aquells trastorns en que s'observa un trastorn físic clarament objectivable (per exemple: una úlcera), i en el que s'aprecien influències de tipus psicològic evidents (15).



### - Trastorns somatomorfs

En aquests trastorns l'organisme de la persona no està malalt, tanmateix el pacient pot creure que està gravement malalt, sentir dolor o experimentar un malestar general (16).

Els Tattwas són molt efectius en totes els trastorns i símptomes que relacionen Cos i Psique, és a dir, en tot trastorn que té també una manifestació física. Per tant, tenen una alta efectivitat en els símptomes i trastorns psicossomàtics i somatomorfs.

També es poden utilitzar per a equilibrar les energies físiques.

---

### Bibliografia consultada

- (1) J.A. Portela (2000) *El poder de los Tattwas*, pàg. 64
- (2) A. Jarne, A.Talarn (2005) *Manual de psicopatología clínica*, pàg. 501
- (3) Ibid. pàg. 511
- (4) Ibid. pàgs. 236-237
- (5) Ibid. pàgs. 238 i 240
- (6) Ibid. pàg. 240
- (7) F. Philip Rice (1997) *Desarrollo humano*, pàg. 406
- (8) A. Jarne, A.Talarn (2005) *Manual de psicopatología clínica*, pàg. 682
- (9) Ibid. pàgs. 298-299
- (10) Ibid. pàg. 269
- (11) Ibid. pàgs. 510-514
- (12) Ibid. pàgs. 144, 150 y 164
- (13) Ibid. pàgs. 196, 198, 200, 210 y 211
- (14) Ibid. pàg. 598
- (15) Ibid. pàg. 366
- (16) Ibid. pàg. 373



Reconeixement – NoComercial (by-nc): Es permet la generació d' obres derivades sempre que no es faci un ús comercial. Tampoc es pot utilitzar l' obra original amb finalitats comercials.